

happy
NEW YEAR

Roxsand



[View as Webpage](#)

Spanish Version

Thanks for the (Wonderful) Memories

As I look back on my career and where I started with L.G. Everist, it seems like a long time ago. But as I think about all the chapters in my working career, it's hard to believe the time has flown by so fast. From my time in Silverthorne, Colorado, as a young kid out of college, to Rick, Jr. deciding we needed to go on the road with some portable work, which took me to the Sand Hills of Nebraska and to the rangelands of Wyoming and back. Then DIA was scheduled for construction, and we needed something permanent, so we started 88th Avenue. As we sat in an old shop with a leaky roof with pots on our desks to catch the rainwater, we laid out a plan for the yard and started calling people to make it happen. After that, we needed a local gravel source so we explored Colorado

land options; all we could afford was land about 30 miles outside of Denver. This was the start of the Ft. Lupton plant. We then started growing our sand and gravel operations in Colorado to where we are today - the main supplier of sand and gravel in the Denver area market.



Denny working hard in Colorado

I would like to express my gratitude to all the great leaders that were my mentors: Rick Everist, Sr., my father Dale Fields, Cy Schulte, Harvey Schmidt, Jim Cain, Denny Staebell, and Jay Van Den Top. Secondly, I would like to thank the people that I worked very closely with over the years in Colorado and were the creators of a solid foundation in Colorado: Rick Everist, Jr., Greg Norwick, Jim Clubb, Roger Servold, Jim Sittner, Cindy Antrim, Matt Noteboom, Richard Schneider, Terry Woodworth, Lynn Mayer, and Tim Cheever.



Denny with Rob Everist, Rick Everist, Jr, and Rick Everist III at Denny's retirement party in Sioux Falls on December 14th.

It has truly been an honor to be able to work for such a great company. I also want to sincerely thank everyone within the LGE family for allowing me to be a part of your life.

I guess the old saying "Do what you love, and you won't work a day in your life" is true!

Thanks for the memories and thanks for the fun.



Denny with his wife Marcy and his mother Mary Ellen at his Sioux Falls retirement party. Denny is very appreciative of Marcy's support of him and her dedication to LGE over the last 40+ years. Denny is also thankful for Mary Ellen's 70+ years of support to her husband and son and her dedication to LGE.



*Denny Fields
Retired*

*Denny setting up a lime terminal in
Denver, CO.*

Happy



Birthday



January 1

Mahamud Nuur
Ace Ready Mix - Harrisburg

Charles Rose
D & I Railroad

January 2

Zachary McKnelly
Ace Ready Mix - Sioux Falls

January 3

David Habeger
Ragsdale

Christian Miller
Kelker - Colorado Springs

January 6

Annette Harder
Sioux City Unload

New Year's Resolutions: Do You Make Them & Keep Them?



Do you make a New Year's Resolution and keep it?

I make a resolution, but don't keep it.

I make a resolution, and keep it for about a month.

I make a resolution, and keep it for a few months.

I make a resolution, and keep it for the full year.

I don't make a resolution.

I do a Word or Theme for the Year instead.

Food Tips for Elevated Mood

Here are a few food options that can elevate your mood during the holiday season:

- Seafood - - yes, seafood! Foods high

good food
good mood

in omega-3 fatty acids could be beneficial in mild to moderate cases of depression.

- Complex carbs for the win! These can release hormones that can promote satisfaction!
- Turkey, of course! This contains amino acids that promote relaxation and anxiety relief.
- Dark chocolate could aid in alleviating anxiety by raising serotonin levels.

Source: avera.org/EAP



LG Everist | 350 S Main Ave, Ste #400, Sioux Falls, SD 57104

[Unsubscribe Inbarwald@lgeverist.com](mailto:UnsubscribeInbarwald@lgeverist.com)

[Update Profile](#) | [Constant Contact Data Notice](#)

Sent by Inbarwald@lgeverist.com in collaboration with



Try email marketing for free today!

happy
NEW YEAR

Roxsand



[View as Webpage](#)

Spanish Version

Gracias por los (maravillosos) recuerdos

Cuando miro hacia atrás en mi carrera y dónde comencé con L.G. Everist, parece que fue hace mucho tiempo. Pero cuando pienso en todos los capítulos de mi carrera laboral, es difícil creer que el tiempo haya pasado tan rápido. Desde mi tiempo en Silverthorne, Colorado, cuando era un niño recién salido de la universidad, hasta Rick, Jr. decidiendo que necesitábamos salir a la carretera con un trabajo portátil, lo que me llevó a las colinas de arena de Nebraska y a los pastizales de Wyoming y de regreso. Entonces DIA estaba programado para la construcción, y necesitábamos algo permanente, así que comenzamos la Avenida 88. Mientras nos sentábamos en una vieja tienda con un techo con goteras con macetas en nuestros escritorios para recoger el agua

de lluvia, trazamos un plan para el patio y comenzamos a llamar a la gente para que lo hiciera realidad. Después de eso, necesitábamos una fuente local de grava, así que exploramos las opciones de tierras de Colorado; todo lo que podíamos pagar era un terreno a unas 30 millas de Denver. Este fue el comienzo de la planta de Ft. Lupton. Luego comenzamos a hacer crecer nuestras operaciones de arena y grava en Colorado hasta donde estamos hoy: el principal proveedor de arena y grava en el mercado del área de Denver.



Denny trabajando duro en Colorado

Me gustaría expresar mi gratitud a todos los grandes líderes que fueron mis mentores: Rick Everist, Sr., mi padre Dale Fields, Cy Schulte, Harvey Schmidt, Jim Cain, Denny Staebell y Jay Van Den Top. En segundo lugar, me gustaría agradecer a las personas con las que trabajé muy de cerca a lo largo de los años en Colorado y fueron los creadores de una base sólida en Colorado: Rick Everist, Jr., Greg Norwick, Jim Clubb, Roger Servold, Jim Sittner, Cindy Antrim, Matt Noteboom, Richard Schneider, Terry Woodworth, Lynn Mayer y Tim Cheever.



Denny con Rob Everist, Rick Everist, Jr y Rick Everist III en la fiesta de jubilación de Denny's en Sioux Falls el 14 de diciembre.

Realmente ha sido un honor poder trabajar para una gran compañía. También quiero agradecer sinceramente a todos dentro de la familia LGE por permitirme ser parte de su vida.

¡Supongo que el viejo dicho "Haz lo que amas y no trabajarás un día en tu vida" es cierto!

Gracias por los recuerdos y gracias por la diversión.



Denny con su esposa Marcy y su madre Mary Ellen en su fiesta de jubilación de Sioux Falls. Denny está muy agradecido por el apoyo de Marcy hacia él y su dedicación a LGE en los últimos 40+ años. Denny también está agradecido por los 70+ años de apoyo de Mary Ellen a su esposo e hijo y su dedicación a LGE.



*Denny Fields
Retired*

*Denny estableciendo una terminal de cal
en Denver, CO.*

Feliz



cumpleaños



January 1

Mahamud Nuur
Ace Ready Mix - Harrisburg

Charles Rose
D & I Railroad

January 2

Zachary McKnelly
Ace Ready Mix - Sioux Falls

January 3

David Habeger
Ragsdale

Christian Miller
Kelker - Colorado Springs

January 6

Annette Harder
Sioux City Unload

Propósitos de Año Nuevo: ¿los haces y los guardas?



¿Haces un propósito de Año Nuevo y lo mantienes?

Hago una resolución, pero no la cumplo.

Hago una resolución y la mantengo durante aproximadamente un mes.

Hago una resolución y la mantengo durante unos meses.

Hago una resolución y la guardo durante todo el año.

No hago una resolución.

En su lugar, hago una palabra o un tema para el año.

Consejos alimenticios para el estado de ánimo elevado



Aquí hay algunas opciones de alimentos que pueden elevar su estado de ánimo durante la temporada navideña:

- Mariscos - sí, mariscos! Los alimentos ricos en ácidos grasos omega-3 podrían ser beneficiosos en casos leves a moderados de depresión.
- ¡Carbohidratos complejos para ganar! ¡Estos pueden liberar hormonas que pueden promover la satisfacción! ¡Turquía, por supuesto! Esto contiene aminoácidos que promueven la relajación y el alivio de la ansiedad.
- El chocolate negro podría ayudar a aliviar la ansiedad al elevar los niveles de serotonina.

Source: avera.org/EAP



LG Everist | 350 S Main Ave, Ste #400, Sioux Falls, SD 57104

[Unsubscribe Inbarwald@lgeverist.com](mailto:UnsubscribeInbarwald@lgeverist.com)

[Update Profile](#) | [Constant Contact Data Notice](#)

Sent by Inbarwald@lgeverist.com in collaboration with



Try email marketing for free today!